



Digital mobbing

Effekt av skolebaserte tiltak

VID Vitenskapelige Høyskole
Utdanning

Kandidatnummer: 608

Antall ord: 2999

Dato: 18.05.18

Veileder: Grete Savosnick

Tillater du at artikkelen blir publisert i Brage?

<http://www.diakonova.no/ny-forside/hoyskolen/for-studenter/skjemaer>

JA, jeg tillater (sett kryss)

☒

NEI, jeg tillater ikke

☐

Revidert 14.05.18.

Sammendrag

Innledning med bakgrunn: Sosiale medier er en stor del av unges hverdag og gir mange unike muligheter for å ha sosial kontakt og dele erfaringer. Imidlertid kan den digitale bruken også skape utfordringer som digital mobbing, som igjen kan påvirke de unges psykiske helse i negativ retning. Av denne grunn er det anbefalt at skolen implementerer programmer mot mobbing. Skolehelsetjenesten skal forebygge mistriksel og mobbing i skolen, slik at det er naturlig at helsesøster også bidrar i slike skolebaserte tiltak. Denne litteraturgjennomgangen viser til forskning som undersøker effekt av skolebaserte tiltak mot digital mobbing. Resultatene blir viktig for skolehelsetjenestens forebyggende arbeid og kan gi økt kunnskap på området.

Metode: Et systematisk litteratursøk av vitenskapelige artikler ble gjennomført i ulike databaser. Forskning som var relevant for helsesøsters tjenesteutførelse ble inkludert. Fire forskningsartikler med ulike forebyggende tiltak mot digital mobbing ble inkludert.

Resultat: Tre av studiene hadde effekt, mens en viste ingen effekt. Studiene undersøkte effekt av skolebaserte tiltak hos elever mellom 10-17 år og inkluderte ulike tiltak mot digital mobbing. Totalt tidsbruk på skoletiltak var også varierende og var alt fra 16 minutter til ukentlige undervisninger over 1 år.

Konklusjon: Funnene viser at det er et behov for mer forskning på effekt av tiltak mot digital mobbing og da særlig norsk forskning og forskning som undersøker helsesøsters rolle i forebygging av digital mobbing. Gjentakende tiltak i studiene som mulig hadde en positiv effekt var tiltak som hadde som mål å fremme empati, mestringsevner, gode holdninger, samt kunnskap om nettsikkerhet og lovverk. I tillegg er foreldreinvolvering viktig i det forebyggende arbeidet.

Nøkkelord: internett, mobbing, sosiale medier, tiltak, helsesøster

Abstract

Introduction with background: Social media is a major part of young people's everyday lives and provides many positive opportunities for social contact. However, digital use can also create challenges such as cyberbullying, which in turn can adversely affect the mental health of young people. It is recommended that the school implement programs against bullying and since the school health services should prevent bullying at school, it is important that the school nurse also contribute in such programs. This literature review refers to research that investigates the effect of school-based measures against digital bullying. The results will be important for the preventive work of the school health service and can increase knowledge in the area.

Method: A systematic literature search of scientific articles was conducted in various databases. Research that was relevant to the school health service was included. Four research articles with various preventive measures against digital bullying were included.

Result: Three of the studies had effect, while one had no effect. The studies investigated the effect of school-based measures among pupils between 10-17 years and included various measures against digital bullying. Total time spent on school activities also varied and ranged from 16 minutes to weekly tuition over 1 year.

Conclusion: The findings show that there is a need for more research on the impact of measures against digital bullying and especially Norwegian research and research that investigates the role of the school nurse in the prevention of digital bullying. Repeated measures in the research articles that possibly had a positive effect were measures aimed at promoting empathy, coping skills, good attitudes, and knowledge about web security and legislation. In addition, parental involvement is important in the preventive work.

Keywords: cyberbullying, social media, internet, intervention, school nurse

Innledning

Med økende bruk av sosiale medier er nå digital sosial interaksjon en naturlig del av unges sosiale hverdag (Ulriksen & Knapstad, 2016). Selv om den digitale verden har mange positive innvirkninger på de unges liv, ser man også nye utfordringer ved den økende bruken av digitale verktøy. I en undersøkelse fra Medietilsynet (2018) avdekket de at 28 prosent i alderen 9-18 år har opplevd at noen har vært slemme mot dem eller at noen har mobbet dem på digitale medier, samt at åtte prosent har vært utsatt for dette på ukentlig eller månedlig basis.

I skolen er mobbing og manglende mestring blant de mest alvorlige risikofaktorene for dårlig psykisk helse (Major, Dalgard, Mathisen, Nord, Ose, Rognerud & Aarø, 2011). I følge Faccio, Ludici, Costa & Belloni (2014) har digital mobbing like negativ effekt som tradisjonell mobbing og faktisk har enkelte former for digital mobbing større negativ effekt. Å være offer for digital mobbing sees i sammenheng med dårlig selvtillit, frustrasjonsfølelser, sinne, tristhet, ensomhet og depresjon, samt kan medføre økt risiko for å utvikle psykologiske vansker. Det kan også føre til konsentrasjonsproblemer på skolen og påvirke læringsmiljøet til den som blir mobbet (Samnøen, 2014).

Elevene har ifølge Opplæringslova (1998) § 9a rett på et trygt omsorgs- og læringsmiljø og det anbefales av Folkehelseinstituttet gjennomføring av programmer for å forebygge mobbing på skolen (Major et al., 2011). Nye kriterier for antimobbeprogram i skolen er vedtatt og for å få statlig støtte krever Regjeringen nå at programmene også inkluderer digital mobbing (Kunnskapsdepartementet, 2016). I følge nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom, anbefales det sterkt at helsesøster samarbeider med skolen for å bidra til å sikre elevene et godt psykososialt miljø. Dette innebærer forebygging av mistrivsel, mobbing og psykiske plager, hvor også tiltak mot digital mobbing blir nevnt spesifikt i retningslinjene. Videre er det et krav at helsesøster skal samarbeide med skolen og bidra med undervisning i den utstrekning skolen ønsker det. (Helsedirektoratet, 2018). Ut ifra skolehelsetjenestens helsefremmende og forebyggende perspektiv og helsesøsters arbeid for et godt psykososialt miljø i skolen, vil det være naturlig at helsesøster kan inkluderes i skoleprogram rettet mot digital mobbing.

Bakgrunn for tema

Å mobbe digitalt innebærer at enkeltpersoner eller grupper benytter kommunikasjonsteknologi både tilsiktet og repetert i den hensikt å gjøre andre vondt. Hyppige former for digital mobbing er blant annet å sende ondsinnede og nedlatende meldinger, eller å dele lite flatterende og ydmykende bilder eller videoer uten personens samtykke (Byrne, Vessey & Pfeifer, 2018). Elevundersøkelsen i 2017 fra Utdanningsdirektoratet viser at både utførere av digital mobbing og forekomsten av de som blir mobbet digitalt, øker og er størst på ungdomsskolen (Wendelborg, 2017).

Flere antimobbeprogram i norsk skole tar sikte på å utvikle sosial kompetanse og atferdsendringer via holdninger, normer og kunnskap. Programmene bør være intensive og vare lenge for å ha effekt, og involvere både barn, foreldre, samarbeidspartnere og lærere (Kvarme, 2017). Forebyggende tiltak bør settes i gang før forekomsten av digital mobbing er aller høyest (Byrne, Vessey & Pfeifer, 2018). Ifølge Samnøen (2014) kan man forebygge digital mobbing ved å bygge et hjem der familien snakker sammen, gi positive tilbakemeldinger og ha dialoger om nettsikkerhet og norsk lovverk. I tillegg er det viktig at de unge får hjelp til å utvikle sunn selvtillit og evne til empati (Samnøen, 2014). Resiliens er også sett på som en positiv faktor i forhold til digital mobbing (Hinduja & Patchin, 2017).

Digital mobbing har flere fellestrekk med tradisjonell mobbing, men det er også ulike og nye utfordringer knyttet til forebygging av denne typen mobbing. Det er påpekt at mange tiltak mot mobbing ikke tar hensyn til særtrekkene ved digital mobbing. Folkehelseinstituttets kunnskapsoversikt over tiltak mot digital mobbing konkluderer med at det mangler kunnskap på dette feltet (Ulriksen & Knapstad, 2016). Litteraturen er i tillegg mye rettet mot lærere og sier lite om hva helsesøster kan bidra med for å forebygge mobbing (Byrne, Vessey & Pfeifer, 2018).

Hensikt og problemstilling

Hensikten med denne litteraturgjennomgangen er å undersøke hva forskning sier om effekt av skolebaserte tiltak rettet mot digital mobbing og videre vurdere om bruk av slike tiltak kan være relevant for yrkesutøvelsen til helsesøster.

Problemstilling: Hva sier forskning om effekt av skolebaserte tiltak mot digital mobbing?

Metode

Det ble gjort et systematisk søk etter vitenskapelige artikler i fire ulike databaser; Medline, Cinahl, ERIC og psycINFO. For å finne søkeord ble det benyttet Swemed. Søkeordene som ble brukt var "bullying" AND "internet" OR "social media". I tillegg ble "intervention" benyttet som fritt søkeord. Det ble også gjort et søk i ScienceDirect, men denne databasen har et annet oppsett av søk, slik at «internet» og «soacial media» ble ikke benyttet som søkeord. Her brukte jeg kun søkeordene "bullying", "cyberbullying" og "intervention". De ulike databasene ble benyttet på bakgrunn av at de inneholder artikler om helse, medisin, sykepleie, undervisning/pedagogikk og psykologi. Søkene ble gjennomført i februar 2018.

TABELL I: Inklusjonskriterier

Populasjon	Barn og unge i skolealder
Intervensjon	Artikler med tiltak og program mot digital mobbing relevant for helsesøsteryrket
Utfall	Effekt på frekvensen av digital mobbing
Studiedesign	Kvantitativ design
Språk	Norsk, svensk, dansk, og engelsk
Publikasjonsår	2008-2018

Kun fagfellevurderte artikler ble inkludert i denne litteraturgjennomgangen, samt artikler som ble vurdert å være overførbare til norske forhold. Mobbeprogram uten digital mobbing som utfall eller tiltak som ikke er blitt evaluert, ble ekskludert.

TABELL II: Oversikt over antall relevante og inkluderte artikler

Database	Treff	Relevante	Inkluderte
Medline	56	8	2
Cinahl	24	1	0
PsycINFO	48	1	1
ERIC	42	0	0
ScienceDirect	65	1	1
I alt	235	11	4

Av 235 treff var 11 artikler relevante. Artikkene ble først valgt ut på bakgrunn av tittel og sammendrag for å se om de var relevante for problemstillingen. Artikkene ble videre lest i fulltekst. De relevante forskningsartikkene omhandlet tiltak mot digital mobbing som var skolebaserte og utviklet for lærere. Artikkene som ble inkludert i studien ble vurdert på bakgrunn av relevans og overførbarhet til helsesøster yrket. De fire inkluderte artikkene hadde alle til felles at helsesøster kunne ha mulighet til å bidra i de skolebaserte programmene, eller at helsesøster kunne stå for hele tiltaket. I de ekskluderte artikkene var det små muligheter for helsesøster å involvere seg direkte i programmene.

Etiske vurderinger

Alle artikkene er engelskspråklige og en mulig feilkilde kan være oversettelse fra engelsk til norsk. Artikkene er etter beste evne oversatt og resultatene er gjengitt så korrekt som mulig, men kan ha blitt tolket annerledes enn det forfatterne mente.

Resultater

Tabell III: Funn i artiklene

Forfatter og utgivelsesår	Land	Hensikt	Design/metode	Resultat
Athanasiades, Kamariotis, Psalti, Baldry & Sorrentino (2015)	Hellas	Undersøke om skoleprogrammet Tabby Project har effekt på utført og opplevd digital mobbing.	Randomisert kontrollert design med individ som randomiseringsenhet i evaluering av tiltak. 314 elever mellom 13-14 år	6 måneder etter intervensjonen ble det i tiltaksgruppen funnet en nedgang i opplevelse av å være utsatt for digital mobbing
DeSmet, Bastiaensens, Cleemput, Poels, Vandebosch, Deboutte . . . & De Bourdeaudhuij (2018)	Belgia	Undersøke om et enkelttiltak i et skoleprogram i form av et digitalt spill; Friendly Attac digital game påvirker digital mobbing.	Klynge randomisert kontrollert design. 216 stk 8 klasse-elever mellom 13-14 år fra to skoler.	Økte forekomsten av å være vitne til digital mobbing. Ingen effekt på atferd eller prevalens på digital mobbing rett etter eller 4 uker etter tiltak.
Schultze-Krumbholz, Schultze, Zagorscak, Wölfer, Scheithauer (2016)	Tyskland	Undersøke om skoleprogrammet Media Heroes har effekt på empati og forekomst av digital mobbing.	Klynge randomisert, kontrollert design med skoleklasse som randomiserings enhet i evalueringen av tiltaket. 593 elever fra 7. til 10.klasse mellom 11-17 år fra fem skoler.	<i>Dagsprogram:</i> effekt på kognitiv empati, men ikke på digital mobbing. <i>10 ukersprogram:</i> effekt på affektiv empati og nedgang i digital mobbing. Effekt sees ni måneder etter tiltaket.
Williford, Elledge, Boulton, DePaolis, Little & Salmivalli. (2013)	Finland	Undersøke om skoleprogrammet KiVa har effekt på utført og opplevd digital mobbing og om alder på elevene har betydning.	Klynge-randomisert, kontrollert studie med skole som randomiseringsenhet. 18412 elever fra 10-16 år, fordelt på 78 skoler.	12 mnd etter tiltak: Moderat effekt på elever rundt 11 år. Ingen signifikant effekt på digital mobbing for elever rundt 13 år eller eldre.

Valg av tiltak

I studien til Williford et al. (2013) har skoleprogrammet til hensikt å forebygge både tradisjonell og digital mobbing, slik at elevene fikk også tiltak rettet mot tradisjonell mobbing. De inkluderte tiltakene var undervisning og et digitalt spill, med mål om å øke empati mot mobbeoffer, mestringsevner og gode holdninger mot mobbing. I tillegg fikk mobbeofre og utførere av mobbing, enten individuelle samtaler eller gruppesamtaler. Informasjon til foreldre om tradisjonell mobbing og digital mobbing ble også levert ut. De målte effekt 12 måneder etter programmet og konkluderer med at det hadde moderat effekt på elever rundt 11 år, mens hos elever rundt 13 år eller eldre sees ingen signifikant effekt på digital mobbing (Williford, et al., 2013). Det digitale spillet i studien til DeSmet et al. (2018) har som mål å skape holdningsendringer og fremme sosiale ferdigheter. Studien avdekket en forbedring i sosiale ferdigheter fire uker etter intervensjonen, men tiltaket hadde ikke stor nok effekt til at det påvirket atferden hos ungdommen eller frekvensen av digital mobbing (DeSmet et al., 2018).

Schultze-Krumbholz et al. (2016) sin studie om skoleprogrammet Media heroes, baseres mye på sosial læring i form av rollespill, videoer og ulike historier om digital mobbing, i tillegg til undervisning. Programmet ønsker å fremme empati og holdningsendringer, samt kunnskap om digital mobbing og lovgivning. Effekten ble målt ni måneder etter intervensjonen og hadde ikke effekt på digital mobbing hos de som fikk dagsprogrammet uten elementet om lovgivning, men kun hos de som fikk 10-ukersprogrammet med alle inkluderte elementer. En effekt på empati ble imidlertid målt hos de som fikk begge programmene (Schultze-Krumbholz et al., 2016). Athanasiades et al. (2015) sin studie om skoleprogrammet Tabby-project, viste seks måneder etter intervensjonen en nedgang i digital mobbing. Programmet i studien inneholdt fire videoer med ulike historier om digital mobbing og en påfølgende diskusjon om trygg internettbruk, emosjonelle sider av digital mobbing og lovgivning (Athanasiades et al., 2015).

Alder og effekt

Studiene undersøker effekt av skolebaserte tiltak mot digital mobbing på aldergruppen 10-17 år. I Williford et al. (2013) undersøkes effekt på elever fra 10-16 år, i Schultze-Krumbholz et al. (2016) fra 11-17 år, mens i to av studiene (DeSmet et al., 2018; Athanasiades et al., 2015) undersøkes effekt på 13-14 årige elever. To av studiene hadde ingen effekt på elever rundt 13 år eller eldre (Williford et al., 2013; DeSmet et al., 2018), mens 10-ukersprogrammet i studien

til Schultze-Krumbholz et al. (2016) og studien til Athanasiades et al. (2015) viste effekt på elever rundt 13-år og eldre. Williford et al. (2013) er den eneste studien som undersøker om alder har noen betydning for utfallet og skoleprogrammet hadde kun effekt på elevene rundt 11 år, mens det hadde ingen signifikant effekt på elevene rundt 13 år eller eldre.

Tidsbruk på skolebaserte tiltak

I studien til Schultze-Krumbholz et al. (2016) var skoleprogrammet gitt over to ulike tidsspenn; en gruppe fikk et dagsprogram og en gruppe fikk et 10-ukers program med 90-minutters undervisninger hver uke. Det var kun 10-ukersprogrammet som hadde effekt. Skoleprogrammet i Williford et al. (2013) sin studie hadde effekt på 11-årige elever og varte i 20 klasses timer fordelt over ett år, mens programmet i Athanasiades et al. (2015) varte i to timer og viste effekt og i DeSmet et al. (2018) i gjennomsnittlig 16 minutter og viste ingen effekt.

Diskusjon

Diskusjon av tema

Helsesøster har et lovpålagt ansvar i det forebyggende og helsefremmende arbeidet, som innebærer å fremme elevenes fysiske og psykiske helse gjennom undervisning, rådgivning og veiledning (Helsedirektoratet, 2018). Elever som opplever digital mobbing står ifølge Samnøen (2014) i risiko for å utvikle psykiske plager, slik at tiltak mot digital mobbing vil være en naturlig del av skolehelsetjenestens forebyggende arbeid. I tillegg til å jobbe universalt forebyggende, har helsesøster muligheten til å jobbe med med mobbeofre og utførere av mobbing både en til en og i grupper (Byrne, Vessey & Pfeifer, 2018). Under vil jeg diskutere mine funn satt opp mot litteratur og forskning rundt digital mobbing, samt om mulig gi implikasjoner for helsesøsters praksis.

Valg av tiltak

Alle programmene i studiene hadde tiltak for å fremme empati eller innebefattet emosjonelle sider av digital mobbing. Ifølge Samnøen (2014) vil utvikling av unges empati styrke bevisstheten om at deres ytringer og handlinger kan såre andre og kan videre hjelpe de til ansvarlig atferd på sosiale medier. Samnøen (2014) legger i tillegg vekt på å hjelpe de unge til å utvikle sunn selvtilitt, motstandsdyktighet og gi de positive oppmuntringer, siden med et

sunt selvbilde og god motstandskraft vil man ha en bedre forståelse for hvordan man skal oppføre seg i vanskelige situasjoner. Unge med resiliens er mulig mindre sannsynlig å karakterisere en situasjon som mobbing og de er mindre sannsynlig å se på sårende oppførsel som intensjonell. I tillegg kan de også oppleves som mindre gode mobbeoffer for utøverne av mobbing (Hinduja & Patchin, 2017). Det er kun studien til Williford et al. (2013) som har som mål å øke elevenes resiliens eller mestringsevner, i tillegg til å fremme empati og gode holdninger. Studien viste imidlertid kun moderat effekt på elever rundt 11 år og ingen effekt hos elever på 13 år eller eldre (Williford et al., 2013). Mens Desmet et al. (2018) fokuserte kun på å fremme holdningsendringer og sosiale ferdigheter, uten å ha noen effekt på digital mobbing. Selv om å fremme empati, holdningsendringer og mestringssevner er viktig for å forebygge digital mobbing, vil det i følge Samnøen (2014) også være viktig å inkludere tiltak som omhandler nettsikkerhet og lovgivning, da kunnskap om dette kan forhindre unge i å trakassere andre og fremmer trygg bruk av digitale medier. Athanasiades et al. (2015) viste effekt av programmet på aldersgruppene 11-17 år og inkluderte tiltak med mål om å øke kunnskap om trygg internettbruk, emosjonelle sider ved digital mobbing og lovgivning som gjelder ved bruk av digitale medier. Schultze-Krumbholz et al. (2016) sitt 10-ukersprogram hadde positiv effekt på digital mobbing og inkluderte tiltak som omhandlet lovgivning, samt tiltak for å fremme empati og holdningsendringer. Det er interessant at dagsprogrammet uten tiltak om lovgivning i Schultze-Krumbholz et al. (2016) ikke hadde noen effekt på digital mobbing.

Det er kun skoleprogrammet i Williford et al. (2013) som inkluderer tiltak rettet mot foreldre og den hadde tvetydig effekt, samt inkluderte flere andre tiltak, slik at studien kan verken bekrefte eller avkrefte viktigheten av foreldreinvolvering. I følge Byrne, Vessey & Pfeifer (2018) og Samnøen (2014) er foreldreinvolvering en positiv faktor for å forebygge digital mobbing. Kvarme (2017) oppfordrer også til involvering av foreldre i mobbeprogram. Det er derfor merkelig at ikke flere av studiene involverer foreldre, når litteraturen og tidligere forskning påpeker at dette er en viktig del av forebygging mot digital mobbing. Helsesøster kan ifølge Byrne, Vessey & Pfeifer (2018) fungere som en ressurs for foreldre og kan gjøre foreldrene mer oppmerksomme rundt barnas nettbruk og på konsekvenser av digital mobbing ved å blant annet holde seminarer. I Williford et al. (2013) sin studie gir de ut informasjonsbrosjyrer, som også kan være et alternativ. Involvering av foreldre er særlig viktig om elevene viser tegn eller symptomer på opplevd digital mobbing (Byrne, Vessey & Pfeifer, 2018). I skolehelsetjenestens retningslinjer påpekes det også at samarbeid med

foreldre kan være nødvendig i helsesøsters arbeid mot digital mobbing (Helsedirektoratet, 2018).

Alder og effekt

Studien til Williford et al. (2013) konkluderer med at skoleprogrammet ikke har effekt på elever rundt 13 år og eldre, men kun på elever rundt 11 år. Dette er et interessant funn, da alder her er av betydning for om tiltakene i skoleprogrammet har effekt. Ifølge Sylte (2013) er det avgjørende for læring at undervisning blir tilpasset alder og utviklingsnivå. Det står tydelig i studiene hvilke aldergrupper skoleprogrammene er ment for, men det er kun Williford et al. (2013) som undersøker om alder er avgjørende for effekt. Det er overraskende at Schultze-Krumbholz et al. (2016) ikke undersøker dette, da aldersgruppen som får programmet varierer fra 11-17 år. DeSmet et al. (2018) hadde heller ikke effekt på elever rundt 13 år, men det er ikke blitt undersøkt om tiltaket har effekt på yngre elever. Man kan derfor undre seg om tiltaket kunne ha hatt effekt hos yngre elever. Studiene til Schultze-Krumbholz et al. (2016) og Athanasiades et al. (2015) hadde effekt på elever rundt 13-år, som tyder på at effekt av forebyggende tiltak også kan sees på elever rundt 13 år og eldre.

Forebyggende tiltak mot digital mobbing bør ifølge Byrne, Vessey & Pfeifer (2018) starte før forekomsten av digital mobbing er på sitt høyeste. Tidlig innsats er vesentlig for forebygging av sosiale og helsemessige problemer (Helsedirektoratet, 2018). Ifølge elevundersøkelsen fra Utdanningsdirektoratet er forekomsten av digital mobbing størst på ungdomstrinnet (Wendelborg, 2017), og hvis helsesøster skal følge anbefalingene til Byrne, Vessey & Pfeifer (2018) bør forebyggende arbeid mot digital mobbing starte allerede på mellomtrinnet eller tidligere.

Tidsbruk på skolebaserte tiltak.

Studien til Schultze-Krumbholz et al. (2016) viste kun effekt hos de som fikk skoleprogrammet over 10 uker, mens de så ingen effekt hos elevene som fikk dagsprogrammet. Studien diskuterer at det i dagsversjonen mulig ble for lite tid for innholdet i programmet (Schultze-Krumbholz et al., 2016). Skoleprogrammet i Williford et al. (2013) sin studie hadde 20 klassesimer fordelt over ett år og viste effekt på elever rundt 11 år. Dette er interessante funn da det kan samsvare med Kvarme (2017) som mener at mobbeprogram bør gå over lang tid for å fungere. Imidlertid hadde studien til Athanasiades et al. (2015) effekt og varte i kun to timer. Helsesøster har erfaringsmessig lite ressurser og hvis tiltak som kan gjennomføres på to timer har effekt, vil det frigjøre mye ressurser i forhold til skolebaserte

tiltak over en lengre tidsperiode. Det ser ut til at mer forskning bør gjennomføres, som sammenligner lengde eller tidsbruk på skolebaserte tiltak før man kan konkludere med hva som har best forebyggende effekt på digital mobbing.

Metodediskusjon

Det er brukt sjekklister fra Folkehelseinstituttet for å vurdere studienes troverdighet og resultater, samt om de er overførbare til gjeldende praksis. Kvaliteten på studiene har blitt vurdert fra middels god til god. Alle studiene benyttet i denne i litteraturgjennomgangen hadde klart formulerte formål, er av nyere dato og har blitt fagfellevurderte. I tillegg var alle studiene randomiserte kontrollerte studier. For å finne effekten av et tiltak innen forebygging, er et randomisert kontrollert studie det beste designet å besvare det på. I ingen av studiene er det skjult for deltagere eller forskere om den enkelte deltager tilhører intervensjonsgruppen eller kontrollgruppen. Denne kjennskapen til gruppetilhørighet kan påvirke utfallet, som kan være en svakhet med studiene.

Det er en svakhet at ingen studier er fra Norge, men siden alle studiene er fra vestlige land, vil overførbarheten av funn sannsynligvis være overførbare. Mange av tiltakene har som mål å fremme empatiske og sosiale evner, samt å bevisstgjøre elevene om digital mobbing. Siden dette er mer universelle ferdigheter og kunnskap, vil tiltakene ha overføringsverdi også til andre land. I tillegg var alle studiene utført i en skolesetting, som også øker sannsynligheten for generalisering av resultatene.

Konklusjon

Kunnskap om forebygging og effekt av tiltak mot digital mobbing vil være viktig for skolehelsetjenestens videre arbeid mot digital mobbing. Hensikten med denne litteraturstudien var å henvise til forskning som undersøkte effekt av skolebaserte tiltak mot digital mobbing og videre vurdere relevansen for skolehelsetjenesten. Funnene kan tyde på at tiltak som har som mål å fremme empati, mestringsevner, gode holdninger, samt gi kunnskap om nettsikkerhet og lovverk vil være positive i forhold til å forebygge digital mobbing og eventuelle skadevirkninger. I tillegg vil foreldreinvolvering være en viktig faktor i det forebyggende arbeidet. Tiltakene i studiene hadde ulike mål og sprikende effekt, slik at tolkninger må utvises med forsiktighet. Funnene viser at det er et behov for mer forskning på effekt av tiltak mot digital mobbing og da særlig norsk forskning og forskning som undersøker helsesøsters rolle i forebygging av digital mobbing. Det kan blant annet være interessant å undersøke videre om lengden på skoletiltakene er av betydning for effekt.

Litteraturliste

- Athanasiades, C., Kamariotis, H., Psalti, A., Baldry, A.C. & Sorrentino, A. (2015). Internet use and cyberbullying among adolescent students in Greece: the “tabby” project. *Hellenic Journal of Psychology*, 12, 14-39. Hentet fra https://pseve.org/wp-content/uploads/2018/03/Volume12_Issue1_Athanasiades.pdf
- Byrne, E., Vessey, J.A. & Pfeifer, L. (2018) Cyberbullying and social media: information and interventions for school nurses working with victims, students, and families. *The journal of school nursing*. 34 (1), 38-50. doi: <https://doi.org/10.1177/1059840517740191>
- DeSmet, A., Bastiaenssens, S., Van Cleemput, K., Poels, K., Vandebosch, H., Deboutte, G., . . . De Bourdeaudhuij, I. (2018) The efficiency of the friendly attack serious digital game to promote prosocial bystander behavior in cyberbullying among young adolescents: a cluster-randomized controlled trial. *Computer in Human Behavior*, 78, 336-347. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.10.011>
- Faccio, E., Ludici, A., Costa, N. & Belloni, E. (2014). Cyberbullying and interventions programs in school and clinical setting. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 122, 500-505. doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.1382>
- Glavin, K. (2007). Kunnskapsbasert helsesøstertjeneste. I K. Glavin, S. Helseth, & L.G. Kvarme, (Red.), *Fra tanke til handling* (s. 48-67). Oslo: Akribes.
- Helsedirektoratet. (2018). *Nasjonal faglig retningslinje for det forebyggende og helsefremmende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjenesten og helsestasjon for ungdom*. Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjenesten>
- Hinduja, S. & Patchin, J. W. (2017). Cultivating youth resilience to prevent bullying and cyberbullying victimization. *Child Abuse & Neglect*. 73, 51-62. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.09.010>
- Kunnskapsdepartementet. (2016). *Nye tiltak mot mobbing*. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/nye-tiltak-mot-mobbing/id2484384/>
- Kvarme, L., G. (2017). Mobbing og forebygging av frafall i skolen. I L. G., Kvarme, *Sårbare skolebarn*. Bergen: Fagboklaget.
- Major, E.F., Dalgard, O.S., Mathisen, K.S., Nord, E., Ose, S., Rognerud, M. & Aarø, L.E. (2011). *Bedre føre var - Psykisk helse: helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger* (Folkehelseinstituttet rapport 1/2011). Hentet fra <https://www.fhi.no/publ/2011/bedre-fore-var---psykisk-helse-hels/>
- Medietilsynet. (2018) *Tall fra Barn og medier-undersøkelsen 2018*. Hentet fra <http://www.medietilsynet.no/globalassets/dokumenter/trygg-bruk/barn-og-medier-2018/delrapporter-barn-og-medier-2018/barn-og-medier-2018-mobbing-ubehagelige-opplevelser-og-rapportering.pdf>
- Opplæringslova. (1998). Lov om grunnskolen og den videregående opplæringa av 17 juli 1998 nr 61. Hentet fra https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61#KAPITTEL_1
- Samnøen. (2014). *Mobbing på digitale arenaer*. Oslo: Cappellen Damm Akademisk
- Schultze-Krumbholz, A., Schultze, M., Zagorscak, P., Wölfer, R. & Scheithauer, H. (2016). Feeling cybervictims' pain – the effect of empathy training on cyberbullying. *Aggressive behavior*, 42, 147-156. doi: <https://doi.org/10.1002/ab.21613>
- Sylte, A. L. (2013). *Profesjonspedagogikk*. Oslo: Gyldendal Akademisk

Ulriksen, R. & Knapstad, M. (2016). *Digital mobbing: kunnskapsoversikt over forskning på effekter av tiltak*. Oslo: Folkehelseinstituttet; 2016. Rapport 2016:3. Hentet fra <https://www.fhi.no/publ/2016/digital-mobbing.-kunnskapsoversikt-over-forskning-pa-effekter-av-tiltak/>

Williford, A., Elledge, L.C., Boulton, A.J., DePaolis, K.J., Little, T.D. & Salmivalli, C. (2013). Effects of the KiVa antibullying program on cyberbullying and cybervictimization frequency among finnish youth. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 42(6), 820-833. doi: <https://doi.org/10.1080/15374416.2013.787623>

Wendelborg, C. (2017). *Mobbing og arbeidsro i skolen. Analyse av Elevundersøkelsen skoleåret 2017/18*. Hentet fra <https://www.udir.no/tall-og-forskning/finn-forskning/rapporter/elevundersokelsen-2017-mobbing-og-arbeidsro2/>